Экологическое Органическое Живое Земледелие

Моя грядка изобилия

6+

ГАЗЕТА ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ СОВЕТОВ ОТ СЕВЕРА ДО ЮГА

ОЖЗ

Электронная версия газеты: www.gryadkaojz.ru

ЯНВАРЬ 2020 № 01 (86)

ЧИТАЕМ В НОМЕРЕ:

Статья главного редактора

Салат под светильником

Здоровье поправит травяной чай

Против жуков-мутантов

Флоксы и комнатные растения

Кормилица Микориза

Секреты золотых несушек

МЫ ЖИВЕМ В ДРУЖЕСТВЕННОМ МИРЕ!

Дорогие, подписывайтесь и получайте ценные советы профессионалов, индексы нашей газеты в каталоге Почты России – П7961 и П8145

ЕСЛИ ВЫ ЧУВСТВУЕТЕ, ЧТО ЖИЗНЬ НЕ ПРИНОСИТ СЧАСТЬЯ, ТО НЕМЕДЛЕННО ИЗМЕНИТЕ ЕЕ, ХОТЯ БЫ ДЛЯ ТОГО, ЧТОБЫ НЕ ЗАБОЛЕТЬ

Известный американский врач Ле Шан доказывает, что рак появляется у людей, которые «сложили крылья».

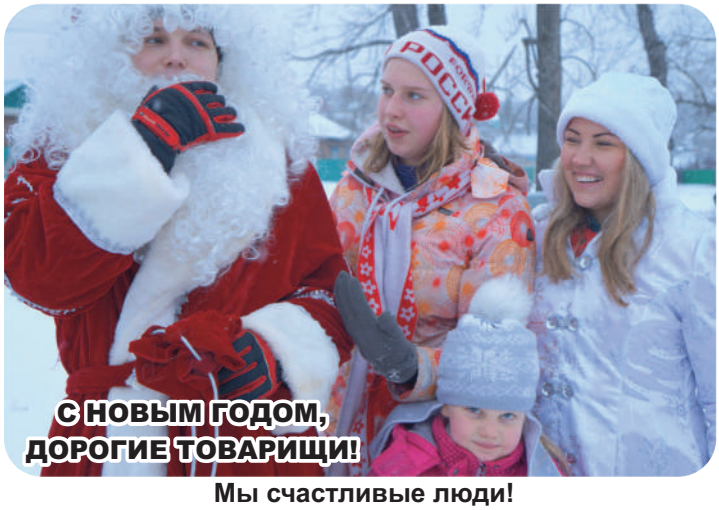
Продолжение. Начало в номере 12 (85) *Источник: сайт lazarev.ru*

Случай с больным врача Ле Шана, которого звали Роберт, – отличная тому иллюстрация.

Он был хорошим специалистом, не жаловался на здоровье, но в 65 лет решил уйти на пенсию. Роберт был уверен, что свободное время он будет уделять внукам. Но его сын разошелся с женой, и внуков увезли в другой город. Жизнь для Роберта потеряла смысл. Он ничем не занимался, бесцельно бродил по дому, чувствуя безразличие, усталость и апатию. Здоровье его резко ухудшилось, и вскоре он узнал неутешительный диагноз – рак. Неизвестно, как повернулась бы жизнь Роберта, но он встретился с доктором Ле Шаном. С первых же бесед Роберт понял, что он утратил основной стимул в жизни. Сеансы психотерапии выявили еще один почти забытый его интерес к политике. Ле Шан посоветовал Роберту вступить в организацию, занимающуюся социальными проблемами. Общение с новыми людьми, новые обязанности возвратили ему прежнюю активность, а с ней и свежие силы. Чтобы поддерживать себя в форме, Роберту пришлось заняться спортом. На беседы с врачом у него теперь просто не оставалось времени. Опухоль остановилась в росте, а затем исчезла.

От главного редактора. *У человека появились большие цели, и он стал здоров. Хорошо!*
Дорогие друзья, мы все живем для счастья, а счастье не тогда, когда ты вкусно ешь, пьешь, отдыхаешь, развлекаешься,.. а когда помогаешь другим людям, своей любимой Родине, планете.
Это настоящая жизнь, праздник жизни. Ура!

Другой пример из практики врача Ле Шана. Натали родилась и выросла в Бразилии и очень любила свою страну. Но после замужества решила переехать в Лондон. Ее муж – поэт, чьи стихи никто не публиковал, и две дочери, мечтающие стать актрисами, имели бы в Лондоне больше возможностей для творческого роста и карьеры. Чтобы дать дочерям образование и позволить мужу все время посвящать поэзии, Натали устроилась на работу не по специальности. Ей пришлось заниматься делом, которое она не любила. Каждое утро она с неохотой вставала и, преодолевая себя, отправлялась на работу. Вся ее жизнь была занята заботами о семье, и она делала все механически, забыв о себе.



Мы счастливые люди!

От главного редактора. *Натали очень слабенькая, у нее маленькие – малюсенькие цели, микроскопическая душа: она любит только себя, она не любит даже близких – это ужасно. У нас в России, слава Богу, таких мало. Большинство самоотверженно и с удовольствием трудятся, чтобы помочь своим детям и родителям. Мы счастливые люди!*

В 49 лет у Натали был обнаружен рак груди с обширными метастазами. Прогнозы были печальные. Как к последней надежде, она обратилась к Ле Шану. После долгого разговора Ле Шан сказал: «Зачем вашему организму бороться за жизнь, если жизнь приносит вам тоску и серые будни, если вы давно забыли о себе? И если вы скоро умрете, то ваши родные решат свои

проблемы самостоятельно, без вас. Так что не лучше ли воспользоваться последним шансом, который предлагает вам жизнь: на какое-то время забыть о проблемах других и сосредоточиться на себе? Десять лет назад вы совершили ошибку, так исправьте ее сейчас».

От главного редактора. *Врач Ле Шан ошибается, он дает временное решение, и у Натали проблемы впереди, если у нее не будет больших, здоровых целей.*

И Натали уехала в родную Бразилию. Она ходила босиком по пляжам, купалась в море. Она устроилась на работу и снова стала учить маленьких детей, которых очень любила. И если раньше лекарства и диета не помогали, то теперь они дали отличные результаты. Натали стала выздоравливать. К удивлению Натали, оказалось, что как только ее мужу и дочерям пришлось самостоятельно решать свои проблемы, они успешно с ними справились.

У каждого человека, считает Ле Шан, есть на Земле свое дело. Когда он выполняет его, то его способности используются максимально, и человек получает огромное удовлетворение от жизни. Если же он находится не на своем месте, жизнь не приносит ему радости. В этом случае, даже если жизнь внешне благополучна, реакцией на нее может стать рак.

РАК – ЭТО ПОСЛЕДНЕЕ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЕ

От главного редактора. *Чтобы быть счастливыми, надо иметь все жизненные полезные цели: любить себя дорогого (дорогую), близких, окружающих людей, свою Родину, планету и все сущее. Именно так. Это и есть дело человека на земле. Если вы что-то или кого-то не любите, то полного счастья нет. Все мы родненькие братики и сестренки – плохие ли, хорошие, чистые или не очень,.. все равно мы – братики и сестренки, и должны заботиться друг о друге, воспитывать с любовью.*

Дорогие, любимые сограждане –
братики и сестренки, поздравляю вас –
замечательных, драгоценных, изумительных
с Новым годом, с новым, еще большим счастьем.
Мы с вами лучшие из лучших и будем в новом году
еще лучше, будем учиться, творить, работать с радостью,
защищать, помогать нашей родненькой Родине и всей планете.
Ура!

Главный редактор В.И. Кузнецов

Дорогие, здоровые, счастливые люди, подписывайтесь на нашу газету. Подписные индексы: П7961 и П8145 в каталоге «Почты России». На следующий год мы сохранили цену на газету – 50 рублей в месяц.

ИСТОЧНИК ЗДОРОВЬЯ И МОЛОДОСТИ РАСТЕТ НА ПОДОКОННИКЕ

Дмитрий Валерьевич Скотников – эколог, кандидат биологических наук

В 2 РАЗА СНИЖАЕТСЯ РИСК СМЕРТЕЛЬНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ (онкологии, инсульта, инфаркта, диабета…), ЕСЛИ ЕЖЕДНЕВНО УПОТРЕБЛЯТЬ 400 Г ОВОЩЕЙ + 200 Г ФРУКТОВ.

Несмотря на то что за окном у нас настоящая зима, на стеллажах с искусственным освещением настоящее лето! Благодаря светильникам ОЖЗ мы «убедили» растения, что они находятся на огородных грядках и должны радовать нас урожаем свежей витаминной зелени. Но даже здесь нас поджидали сюрпризы…

НЕ ОСТАТЬСЯ БЕЗ САЛАТА! Большинство зеленных культур всходит дружно и хорошо, если вы посеяли качественные семена. В случае с салатом что-то пошло не так… но только в контрольном варианте, без биопрепаратов. Контроль «отличился» почти нулевой всхожестью и низкими темпами роста по сравнению с семенами, при посеве которых применялись Гуми, Фитоспорин и 33 Богатыря. Учитывая, что оба варианта мы сеяли в Землю-Матушку – почвогрунт, свободный от патогенных микробов, – остается грешить только на семена. Возбудители болезней, затаившиеся до времени на оболочке семян, оживают с пробуждением семени, ослабляют и могут даже убить молодое растеньице. Чтобы исключить такие риски, на большой ящик объемом 10 л потребуется всего 1 ч. л. Фитоспорина, 10 капель Гуми и полстакана 33 Богатыря – скромный вклад в полезный урожай зелени.

САМАЯ БЫСТРАЯ ЗЕЛЕНЬ

Кто-то, читая статью, наверняка воскликнет: «Эх, что же я раньше не подумал о зелени! Столько ждать, пока вырастет...» Не расстраивайтесь, а лучше прямо сегодня посадите во влажную землю лук и чеснок! Листья этих растений, которые мы обычно называем перьями, появятся уже через неделю-другую. Под светильниками ОЖЗ, в богатом почвогрунте Земля-Матушка да с 33 Богатырями они нальются настоящей огородной пользой. С ними вы получите набор витаминов, антиоксидантов, макро- и микроэлементов и, конечно же, знаменитые сильнейшие фитонциды, обладающие потрясающей антимикробной активностью. В опытах советских ученых (Токин, 1980) опаснейшие микробы погибали от воздействия фитонцидов лука и чеснока уже в первые секунды! Природа давно предоставила нам готовое лекарство от большинства болезней – бери и пользуйся!

Дмитрий посеял 24 вида зелени, вот один из них – салат сорта Рубин. Растения были посеяны 26 ноября 2019 г, фото сделано через 25 дней. Посмотрите, какая разница. В контроле препараты не применялись. В опыте посеянные семена политы раствором Гуми и Фитоспорина, а в почву добавлен биопрепарат 33 Богатыря.

СВЕТИТЬ ИЛИ НЕ СВЕТИТЬ?

На первый взгляд может показаться, что растениям должно хватать естественного света и на подоконнике. Растут же спокойно комнатные растения, неужто и зелень не вырастет... А вот не вырастет! Многократно убедился, что выращивать зеленные культуры в зимнее время без искусственной досветки – пустая трата времени и сил. Все дело в том, что большинство комнатных растений у себя на родине растут под пологом густого тропического леса и адаптировались к условиям низкой освещенности, чего нельзя сказать о наших светолюбивых зеленных культурах. Им подавай 10–20 тысяч люкс (как в пасмурный летний день), а зимой на подоконнике они и 1 тысячу люкс не получают. Важна и длина светового дня, которая зимой не превышает 8 часов, тогда как для большинства огородных растений нужно как минимум12 часов света в сутки (а лучше 14–16). Поэтому не скупитесь, обеспечьте своим растениям домашнее солнце – оно и вам поднимет настроение и работоспособность, потому что человек – существо **солярное** (от лат. solaris – «солнечный»)!

Но не только витаминами полезен такой огород!

ФИТОНЦИДЫ

Большинство зеленных культур выделяют в воздух вещества с высокой биологической активностью против различных микробов – фитонциды (от греч. φυτόν – «растение» и лат. caedo – «убиваю»). Среди нашей коллекции зелени особое внимание заслуживает базилик – ароматное растение, которое давно служит верой и правдой человеку. В Индии базилик – одно из важнейших растений Аюрведы (древней системы оздоровления души и тела). Просто потревожив растения базилика, вы почувствуете приятное благоухание, а вредные микробы в считанные минуты погибнут. Если разжевать несколько листиков, это продезинфицирует ротовую полость, благотворно скажется на дыхании и настроении. Если же вы вдруг подхватили ОРВИ, что зимой немудрено, то базилик поможет вам скорее преодолеть болезнь, уничтожив ее причину, устранив жар и воспаление. Не уступает базилику и всем нам известный укроп, своим ароматом возвращающий нас в жаркое лето. Кроме того, он нормализует пищеварение, помогая переварить тяжелую пищу и подавляя развитие патогенной микрофлоры в кишечнике. Благодаря комплексу витаминов и антиоксидантов укроп отлично борется с авитаминозом и поддерживает иммунитет.

НАШ ОПЫТ НА САЛАТАХ. ВОТ ЭТО РЕЗУЛЬТАТ!

ЖИЗНЬ ЖУКА КОЛОРАДСКОГО

Часть 3. Неравная борьба, или почему инсектициды становятся бесполезными?

Максим Борисович Удалов – кандидат биологических наук, энтомолог

Откуда на наших огородах появился колорадский жук, мы разобрали в прошлых статьях. А сейчас вы узнаете, почему многолетняя упорная борьба с этим вредителем пока не привела к ожидаемым результатам и не прогнала его с наших полей.

Колорадский жук является основным вредителем картофеля. Он способен полностью уничтожить картофельные посадки.

Химические методы борьбы с вредителем используются достаточно давно. В 1940-х годах для этого начали применять фосфорорганические инсектициды[1], и уже к 1950 гг. колорадский жук стал устойчивым к ним. В дальнейшем к инсектицидам из класса пиретроидов[2] устойчивость у колорадского жука сформировалась еще быстрее. В среднем за последние 30–40 лет у вредителя выработалась устойчивость ко всем химическим инсектицидам, которые используют в борьбе с ним. Давайте рассмотрим, почему это происходит.

ХИМИЧЕСКОЕ ПРИВЫКАНИЕ

У любого биологического вида в ходе эволюции возникает такое свойство, как «генетический полиморфизм[3]», или многообразие форм. Простейшие примеры такого полиморфизма – цвет глаз и волос в человеческих популяциях. Однако, помимо видимого, «внешнего» проявления полиморфизма, есть полиморфизм «внутренний», на уровне ДНК и генов. Для человека можно привести примеры ДНК-полиморфизма, которые мешают переносимости лактозы («аллергия на молоко»), глютена[4] («аллергия на пшеницу»). Генетический полиморфизм есть и у колорадского жука. Подобный генетический полиморфизм возникает благодаря мутациям[5].

У любого живого организма в ДНК (это такие молекулы, в которых записана вся генетическая информация об организме) есть многочисленные мутации, постоянно возникающие в ходе эволюции. Но большинство мутаций возникают случайно. Некоторые из них «безвредны», другие приводят к различным отклонениям и сбоям в работе организма (наследственные болезни), а есть также «полезные» мутации. Однако может быть и так, что мутации, которые изначально казались безвредными и незаметными, со временем могут стать полезными. Так произошло и с колорадским жуком. В ходе эволюции в его ДНК случайно возникла мутация в гене ацетилхолинэстеразы[6]. Изначально эта мутация никак не влияла на жизнь колорадского жука, пока человек не начал бороться против него инсектицидами. Оказалось, что на жуков, в ДНК которых есть такая мутация, не действуют химические препараты, имеющие в составе соединения фосфора.

Представляете, есть и ложный колорадский жук, который совсем не опасен для картофеля, а питается только сорняками пасленовых. Отличается блеклой окраской спинки.

[1] ***Инсектициды*** *– препараты для уничтожения насекомых (от латинского insectum – насекомое и caedo – убиваю).*

[2] ***Пиретроиды*** *– синтетические инсектициды, созданные по аналогии с пиретринами – природными инсектицидами, впервые обнаруженными в далматской ромашке (на латыни называемой Pyrethrum). При попадании в организм насекомых пиретроиды приводят к параличу и смерти.*

[3] ***Генетический полиморфизм*** *– многообразие какого-либо признака у живых организмов (от греческого poly – несколько и morph – форма, образ). В качестве примера полиморфизма можно привести различия в цвете глаз или волос у человека или, например, наличие гривы у самца львов или рогов у самцов оленей.*

[4] ***Глютен*** *(от латинского gluten – клей), или клейковина – белки, обнаруженные в семенах злаковых растений, особенно у пшеницы, ржи и ячменя, которые идут на производство различных макаронных изделий.*

[5] ***Мутация*** *(от латинского mutatio – изменение) – изменение генетической информации, которое передается по наследству потомкам. Мутации могут возникать сами по себе у всех биологических организмов под действием различных факторов – солнечного света, табачного дыма, радиации, некоторых химический веществ, вирусов.*

[6] ***Ацетилхолинэстераза*** *– белковая молекула, которая задействована в работе мышечных клеток (в их расслаблении).*

Известна также мутация в гене натриевого канала, которая приводит к резистентности[7] к пиретроидным инсектицидам.

При каком-либо серьезном изменении условий жизни (например, обработке картофельного поля инсектицидом) часть особей с мутацией устойчивости выживет, даст потомство, и устойчивых жуков станет больше. Со временем практически у всех жуков в популяции окажется эта мутация резистентности, и инсектицид перестанет действовать.

СНИЖАЕМ УСТОЙЧИВОСТЬ, МЕНЬШЕ МУТАНТОВ

Что делать, чтобы устойчивых к инсектицидам вредителей не становилось больше?

1. Надо строго следовать инструкции по применению препарата, соблюдать количество и сроки обработок. Чем концентрированнее будет раствор, которым вы будете опрыскивать или поливать растения, тем быстрее на вашем участке сформируется устойчивая популяция вредителя.

2. Сажайте устойчивые к колорадскому жуку сорта картофеля. Например, выведенный башкирскими селекционерами сорт Башкирский способен образовывать вокруг кладок яиц засыхающие фрагменты листа, сбрасывая кладки с себя.

3. Соблюдайте севооборот. Высаживайте растения, отпугивающие колорадского жука. Для этого рекомендуют сажать рядом с картофелем или по краям поля фасоль, бобы, календулу, пижму, полынь.

4. Рано весной делайте «приманочные посадки» картофеля – на краю поля за 1-2 недели до посадки картофеля высадите 3–5 клубней, их можно заранее прорастить и получить рассаду. Эти клубни дадут ранние растения картофеля, на которые взберется весь жук, и его можно будет собрать. Для этой же цели по краям поля можно разложить банки или коробки с нарезанным картофелем или картофельной кожурой. Жук соберется в банки, и его можно будет уничтожить.

5. Для борьбы с личинками колорадского жука непосредственно на посадках обрабатывайте их биоинсектицидами, например комплексным препаратом Гуми+БТБ Картофель. В его составе бактериальный препарат БТБ (битоксибациллин), который негативно действует на колорадского жука, вызывая нарушение функций его пищеварения. Лучше всего начать обработки при первом же появлении мелких личинок первого возраста. Обработку препаратом Гуми+БТБ Картофель желательно делать 3 раза за сезон. Находящийся в препарате компонент Гуми, созданный на основе гуминовых кислот, повышает выносливость растений, увеличивает общую урожайность, ускоряет рост растений, укрепляет их корневую систему. Листья картофеля становятся более твердыми и менее привлекательными для жуков.

Личинки жука опустошают ботву картофеля

ВЫВОД

На сегодняшний день колорадский жук устойчив практически ко всем химически синтезированным инсектицидам. Появившиеся в последние годы препараты новых химических классов (неоникотиноиды, авермектины и другие) против этого вредителя еще эффективны, но рано или поздно устойчивость сформируется и к ним. Кроме того, многие из них очень токсичны для пчел и рыб. Поэтому, например, в Европейском Союзе с 2013 г. запрещены к применению три вида неоникотиноидов, а во Франции с 1999 г. запрещены все виды, кроме одного.

Биоинсектициды[8] (такие как Гуми+БТБ) не обладают подобным токсическим действием, они намного безопаснее для полезных насекомых, нетоксичны для рыб и пчел. Пользуйтесь для защиты вашего сада и огорода натуральными биоинсектицидами, занимайтесь экологическим живым земледелием, и на вашем столе всегда будут лежать безопасные и вкусные продукты, выращенные вами не только с Любовью и Заботой о здоровье ваших родных и близких, но и с Заботой и Любовью к Природе.

[7] ***Резистентность*** *(от латинского resistentia – сопротивление, противодействие) – невосприимчивость организма к действию на него различных факторов, таких как яды, инфекции, инсектициды и т. д. У насекомых резистентностью называют устойчивость к инсектицидам.*

[8] ***Биоинсектициды*** *– инсектициды натурального, природного происхождения, полученные с помощью микроорганизмов – бактерий, грибков или вирусов. Биоинсектициды используют для выращивания экологически чистого урожая, либо когда применение химических инсектицидов крайне нежелательно, например, для обработки комнатных растений.*

НАУКА И ЖИЗНЬ
№8, 2019 г.

РОСНАНО и Московский государственный университет ИМ. ЛОМОНОСОВА ЗНАЮТ И ЛЮБЯТ НАШ ФИТОСПОРИН

Марина Павлова, Всероссийский научно-исследовательский институт биологической защиты растений.

Статья-победитель конкурса научно-популярных статей, проходившего в рамках XIII Всероссийской олимпиады «Нанотехнологии – прорыв в будущее!», организованной МГУ им. М. В. Ломоносова и ФИОП (группа РОСНАНО).

ВСЕ МЫ БРАТИКИ И СЕСТРЕНКИ – ДАЖЕ МИКРОБЫ!

В предыдущих выпусках мы окунулись в самую суть противоборства полезных ризосферных бактерий с патогенными микроорганизмами, вызывающими опасные заболевания растений. Читатель узнал, что оружием дружественных бактерий являются биологически активные вещества – антибиотики и специальные ферменты, растворяющие клеточные стенки вражеских грибов. И самое важное для нас, что в знаменитом биопрепарате Фитоспорин бактерии работают именно по такому принципу!

Продолжение. Начало в номере 10 (84)

Вообще, микробные сообщества ризосферы очень динамичны, состав их меняется по мере роста и развития растения. Так, например, в период активного роста растения в ризосфере могут доминировать представители рода Pseudomonas[1], хорошо усваивающие органические кислоты в выделениях молодых корней, а по мере старения растения начинают преобладать бактерии рода Bacillus[2], более эффективно утилизирующие вещества отмирающих корешков.

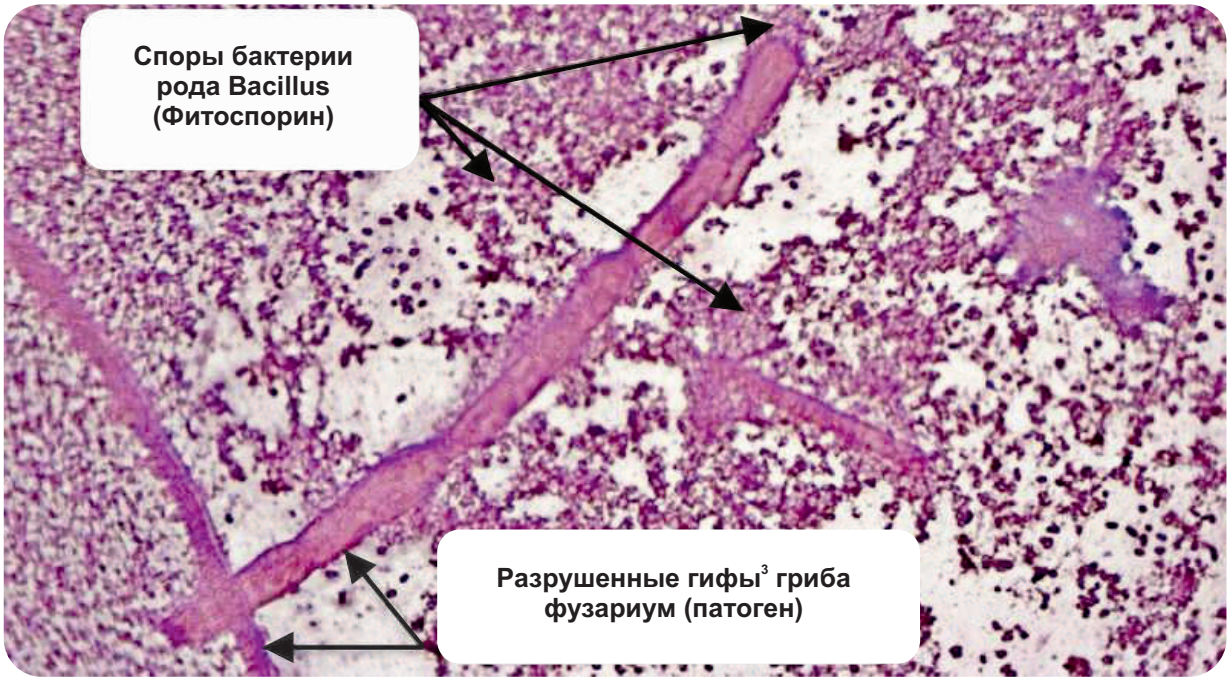


Фото под микроскопом. Бактерии B. subtilis. (Фитоспорин) разрушают гифы гриба фузариума (патоген). Увеличение в 1350 раз.

Фузариоз – распространенная и опасная грибковая болезнь, поражающая растения в любом возрасте. Грибки сначала нападают на корневую систему растений, ослабляя иммунитет, а затем проникают в ткани, закупоривая сосуды. Закупоренные сосуды перестают проводить питательные вещества от корней и обратно, растение увядает буквально за один день. Перед увяданием листья желтеют, скручиваются, опадают.

[1] ***Бактерии рода Pseudomonas*** *– бактерии, усваивающие органические кислоты в выделениях молодых корней, вырабатывают биоактивные вещества, гормоны роста, природные антибиотики, которые в свою очередь защищают растения от стрессов и болезней.*

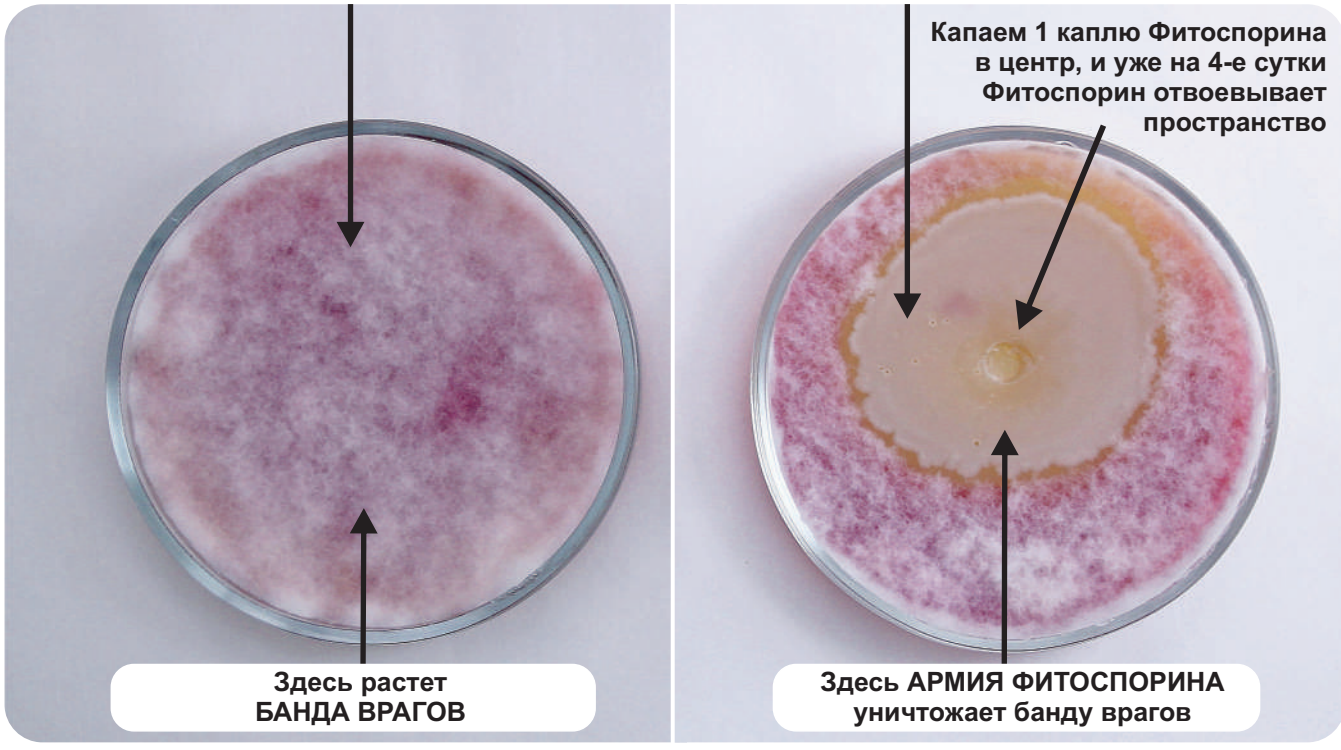
[2] ***Бактерии рода Bacillus*** *– микроорганизмы, которые стимулируют рост растений, защищают их от стрессов и болезней.*

[3] ***Гиф*** *– тончайший отросток тела гриба, гифы формируют мицелий (грибницу).*

Однако, даже если PGPR-агенты функционируют в ризосфере лишь непродолжительное время, они так или иначе оставляют свой след в жизни растения. Особенно интересно, что помимо прямого подавления конкурентов в ризосфере PGPR могут достаточно тонко воздействовать на растения опосредованно. Например, путем повышения его иммунитета. Дело в том, что большинство PGPR[4], как мы могли убедиться, довольно агрессивны в смысле завоевания жизненного пространства и использования пищевых субстратов. Заболевания у растения они не вызовут, но могут быть им распознаны как потенциальные патогены[5]. То есть вызовут у растения реакцию, подобную реакции человека на прививку. У растений этот отклик называется индуцированной системной устойчивостью[6]. Проявляется она в усиленной лигнификации (одревеснении) тканей корня и в синтезе фитоалексинов – соединений, выделяемых растением при заражении и запускающих каскад реакций, направленных на уничтожение патогенов. Таким образом, растение, заселенное PGPR, становится вооруженным и готовым к возможному нападению.

ГРИБ ФУЗАРИУМА

БАКТЕРИИ ФИТОСПОРИНА УНИЧТОЖАЮТ ГРИБ ФУЗАРИУМА



[4] ***PGPR-бактерии (агенты)*** *– микроорганизмы, которые стимулируют рост растений.*
[5] ***Патоген*** *– вредоносный микроорганизм, вызывающий болезнь и гибель растения.*
[6] ***Индуцированная система устойчивости*** *– иммунная система растения находится в повышенной «боеготовности» за счет контакта с безвредными бактериями.*

АРМИЯ ЗАЩИТНИКОВ РАСТЕНИЙ ОТ БОЛЕЗНЕЙ – ФИТОСПОРИНЫ

Профилактика и лечение растений от болезней

Я ЗАЦВЕТУ, А ТЫ ДАЙ МНЕ КОРМИЛИЦУ МИКОРИЗУ!

Алина Владиславовна Миннибаева – микробиолог, разработчик препаратов на основе низших почвенных и микоризных грибов

Кормилица Микориза помогает нашим цветам и комнатным растениям

Как радует и успокаивает в зимнее холодное время созерцание прекрасного – ярко, пышно цветущих растений дома, никакая депрессия и скука не страшны. Чтобы наши зеленые питомцы радовали нас всю зиму, позаботимся об их здоровье и благополучии.

В лаборатории физиологии растений и в домашних условиях мы получили отличнейшие результаты по использованию биопрепарата Кормилица Микориза на декоративных комнатных растениях, таких как сенполии (фиалки), стрептокарпус, виола, орхидеи.

СТРЕПТОКАРПУС И КОРМИЛИЦА МИКОРИЗА

Вот, например, красивейшее тропическое растение – стрептокарпус, цветущее с весны по осень.

Биотехнолог лаборатории физиологии растений Хасанова Минсылу у себя дома выращивает это необычное растение, для которого приходится поддерживать постоянную температуру в комнате во время цветения на отметке 20–25 °С.

ВНИМАНИЕ! *Доказано, что цвета средневолновой зоны спектра (зеленый, желтый и их оттенки), а также белый цвет больше всего стимулируют функциональную способность зрительного анализатора, уменьшая утомление и повышая уровень устойчивости зрения. И наоборот, высокая степень чистоты цвета, то есть большая его насыщенность, особенно для крайних участков спектра, утомляет зрительно-нервный аппарат человека. (Наука и жизнь № 12 от 2019 г., Цвет и зрение).*

СТРЕПТОКАРПУС ПЕРЕСАЖЕН В МАРТЕ. ФОТО СДЕЛАНО В ОКТЯБРЕ

ПОСАЖЕНЫ В ОДНО И ТО ЖЕ ВРЕМЯ

ПОЛНОСТЬЮ ОДИНАКОВЫЕ УСЛОВИЯ

<u>В ОПЫТЕ</u> во время подготовки почвогрунта (перемешивание, увлажнение, насыщение почвы воздухом) было добавлено 1,5 г (2 ч. л. с горкой) Кормилицы Микоризы для корней.
<u>В КОНТРОЛЕ</u> Кормилицу Микоризу не добавляли.

<u>РЕЗУЛЬТАТ ВИДЕН СРАЗУ.</u> <u>С Кормилицей Микоризой цветение наступило уже на 2-й месяц</u>, было обильнее в 2 раза, длительнее на 2 месяца, листовая пластина больше в 3 раза, количество листьев больше в 2 раза, чем в контроле.

СЕНПОЛИЯ И КОРМИЛИЦА МИКОРИЗА

Сенполия или узамбарская фиалка всем знакома – это травянистое растение семейства Гесneриевые. Родина – тропики Африки. Предпочитает много яркого, но рассеянного света. Для этого подойдут любые окна, кроме северных. Если нет необходимости в ее круглогодичном цветении, сенполию зимой можно держать при обычном свете. Если вы ждете цветения в течение всего года, то необходимо воспользоваться подсветкой, например светильником ОЖЗ.

Оптимальная температура воздуха для фиалки 20–25 °С, но не выше 30 °С и не ниже 15 °С. Влажность воздуха – около 50 %. Полив необходим очень умеренный, по мере подсыхания почвы.

ОПЫТ НА ФИАЛКАХ ПРОВОДИЛИ В ЛАБОРАТОРИИ ФИЗИОЛОГИИ РАСТЕНИЙ

Фото сделано спустя 3-е суток после посадки

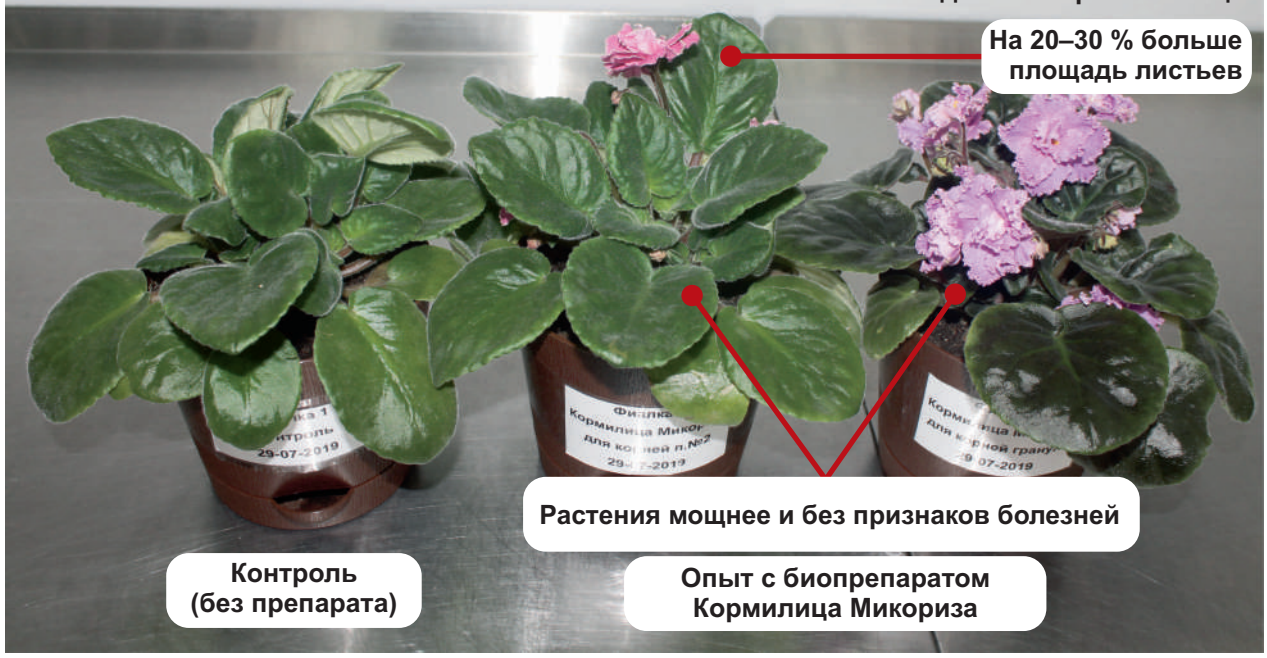
Здесь мы наглядно увидели, как достаточно быстро растения восстановились после пересадки, активно, обильно, пышно зацвели. Все это благодаря микоризным грибам, которые добывают питание корням. Корневая система с Кормилицей Микоризой хорошо развитая, мощная, поэтому и результаты просто удивительные!

ПОСАЖЕНЫ В ОДНО И ТО ЖЕ ВРЕМЯ

На 4-й месяц фиалки с Кормилицей Микоризой обильно цветут, а в контроле цветков еще нет

Закладка опыта: 29.07.2019 г.

Фото сделали через 4 месяца



ПОЛНОСТЬЮ ОДИНАКОВЫЕ УСЛОВИЯ

<u>В ОПЫТЕ</u> Кормилицу Микоризу вносили во время пересадки по 1,5 г на 1 растение.
<u>В КОНТРОЛЕ Кормилицу Микоризу не вносили.</u>

<u>РЕЗУЛЬТАТ с Кормилицей Микоризой</u>: цветение наступило на три недели раньше, на 100 % больше цветков, на 20–30 % площадь листовой пластины больше, растения выглядели мощнее, и никаких признаков болезней.

ПОЧЕМУ СТОИТ ВЫРАЩИВАТЬ СЛАДКИЙ БАТАТ? ЭТО ЧУДО!

Татьяна Валентиновна Гаева – биолог, специалист широкого профиля, в том числе и по цветам

Батат славится своим необычно меняющимся вкусом. Приготовленный напоминает сладковатый подмороженный картофель, сырой – по цвету и по вкусу похож на морковь, жареный – на тыкву. Применение его многообразно. Скотина с удовольствием съедает все части батата, а зеленую массу можно добавлять в компост – она не поражается грибковыми заболеваниями.

С картофелем батат не имеет ничего общего, они даже не родственники. Батат – травянистое клубнеплодное растение семейства вьюнковых со стеблями-плетями длиной от 1 до 3-х метров, картофель же относится к пасленовым. А в родстве батат состоит с обыкновенным сорняком – вьюнком полевым или, как его еще называют, «березкой».

АПТЕКА В РАСТЕНИИ

Этот овощ содержит минеральные соли, крахмал, белок, клетчатку, углеводы, много разных минералов, витаминов, бета-каротин, антоцианы (антиоксиданты). Батат очень полезен людям с заболеваниями сердечно-сосудистой системы. Всем, кто страдает бессонницей, неврозами и хронической усталостью нужно обратить внимание на этот заморский овощ. А еще он обладает противораковой активностью, полезен диабетикам, способствует повышению иммунитета. Также это находка для тех, кто беспокоится о возрастных изменениях зрения. В Китае его называют плодом долголетия.

Батат – экзотика для наших огородников. Однако этот овощ можно вырастить на Урале. Для Уральского региона подходят только раннеспелые сорта батата со сроком вегетации 90–120 дней, что позволяет получить урожай в наше короткое лето. Это такие сорта, как Тайнунг-65, Маньчжурский, Японский, Белый, Борегард, Победа 100.

Рассада батата (фото из интернета)

ВЫРАЩИВАНИЕ БАТАТА

Выращивать растение семенами или сажать батат как картошку, просто закапывая клубни в землю, – не вариант для нашего региона, лучше выращивать рассадным способом. Выращивание рассады происходит в два этапа: выгонка побегов, укоренение побегов.

Клубни батата, обработанные раствором Фитоспорина, закладывают на проращивание в конце февраля – начале марта. Биопрепарат защитит экзотические клубни от загнивания. Их помещают в небольшую коробку – в песок или легкий грунт. Температура для проращивания должна составлять +18–25 °С, не допускаем сквозняков, грунт поддерживаем во влажном состоянии.

При соблюдении температурного и влажностного режима ростки появятся на клубнях уже через месяц. Когда они вырастут до 10–15 см и будут насчитывать 4–5 узлов, они готовы к пикировке. Отростки осторожно отрываем, переносим в стаканчики с грунтом для укоренения. Подращиваем рассаду на светлом окне. Из одного клубня батата можно нащипать множество черенков. Посадочный материал будет готов к концу мая. На постоянное место рассаду высаживаем в конце мая или начале июня (при температуре почвы +15–20 °С).

Также батат можно проращивать в емкости с водой. Способ напоминает обычную выгонку лука на зелень. Целый или разрезанный на кусочки по 1–2 см клубень погружается в емкость с водой. Выросшие отростки отделяют от клубня. После срезки их ставят в другую посуду с водой для формирования корней, глубина погружения нижней части черенка в воду 1–2 см. Черенки батата очень легко укореняются.

Появившиеся корешки – это признак готовности растений к посадке в открытый грунт. Но если не позволяют погодные условия, то лучше всего укорененные черенки сначала распикировать в стаканчики, пока не появится возможность высадить их в открытый грунт. Если корни растения очень сильно отрастут и переплетутся, то и клубни в таком случае будут кривыми и тоже переплетенными между собой. Чтобы этого избежать, при высадке таких саженцев нужно подрезать корни до 3–4 см.

В следующем номере читайте о посадке батата и уходе за ним

ЛЕЧИМ, СПАСАЕМ НАШИ КОМНАТНЫЕ РАСТЕНИЯ

Ирина Леонидовна Ермолаева – на наш взгляд, самый опытный в России агроном и защитник растений

Наши бедные комнатные растения в зимний период наиболее подвержены заболеваниям. Есть болезни, которые имеют характерные признаки, и их можно легко определить, например: серая гниль (пушистый налет серой плесени), мучнистая роса (листья покрыты белым или серым мучнистым налетом), водянка листьев у суккулентов (на листьях пупырышки зеленого цвета), различные узоры при вирусных болезнях. Для большинства цветоводов главное – это правильное определение болезни. Чтобы установить причину, важно собрать как можно больше симптомов повреждений, изменений в росте и развитии. Сначала надо определиться с условиями, в которых находятся растения, потому что большинство болезней развиваются в условиях высокой влажности и неблагоприятной температуры. Нередко ослабленные нарушениями условий содержания растения начинают страдать различными недугами. Но это не означает, что надо сразу кидаться лечить их разными химическими препаратами или резко менять условия содержания. Может быть, достаточно будет удалить поврежденные пятнами листочки, улучшить условия содержания – и болезнь уйдет сама.

ВИРУС КОЛЬЦЕВОЙ ПЯТНИСТОСТИ может поражать орхидеи, глоксинии, пеларгонии. Распространению болезни способствует высокая температура и повышенная влажность воздуха. Сначала вирус появляется на листьях в виде светлых пятен, которые чередуются с темно-зелеными участками. Затем на них можно увидеть пятна в виде колец. Постепенно в местах поражения появляются некротические пятна, лист сморщивается и отмирает. Бутоны на этих побегах не закладываются. Если вы заметили на растении листья с кольцевыми некротическими пятнами, удалите все пораженные побеги и листья. Если уже все растение поражено вирусом, то оно отстает в росте, постепенно отмирают все листья, а потом и растение. Такие растения лучше всего уничтожить.

АЛЬТЕРНАРИОЗ ИЛИ СУХАЯ ПЯТНИСТОСТЬ

Это болезнь, возбудителем которой являются грибы из рода альтернария, и поражает она в основном листья, иногда стебли и клубни. Сначала на нижних, а потом и на верхних листьях появляются сухие коричневые пятна с концентрическими кругами. Потом они чернеют, и на них появляются серые конидии (споры) грибка.

В следующих номерах газеты мы рассмотрим заболевания комнатных растений, такие как: антракноз, аскохитоз, ложная мучнистая роса, мучнистая роса, септориоз, серая гниль, черная ножка, корневые гнили, трахеомикозы, вертициллезное увядание, фузариозное увядание, филлостикоз. Это самые распространенные и опасные заболевания, которые могут привести к гибели комнатного растения.

Вирус кольцевой пятнистости на листьях орхидеи

Альтернариоз, или сухая пятнистость

ВЕЛИКАЯ ПРОФИЛАКТИКА

Чтобы максимально защитить ваших зеленых питомцев от различных недугов, достаточно соблюдать ряд профилактических мер:

– поместить купленное растение на месяц в карантин (поставить отдельно от остальных растений) и понаблюдать, не появятся ли признаки заболевания;

– обеспечить растению комфортные условия для роста: температуру и влажность воздуха, отклонения от которых ослабляют иммунитет растений;

– поливать только теплой водой и лить под корень, используя для смягчения ФитоКислинку, если pH воды более 6,5. Кстати, к флакону прикреплена инструкция, и проверить pH воды своими силами вам не составит труда. Следите за почвой, поливайте, когда почва в горшке высыхает на 1/3 высоты;

– растениям должно быть достаточно света и свежего воздуха (при проветривании избегайте сквозняков). Если замечаете, что растение деформируется, листья мельчают, междоузлия становятся длинными – вашим растениям не хватает света – обеспечьте досветку фитосветильниками ОЖЗ (12–14 часов);

– для пересадки лучше всего использовать готовые черноземные почвогрунты Земля-Матушка с природными разрыхлителями, обогащенные фитобактериями и гумусом;

– если используете садовый грунт, то обеззаразьте его марганцовкой темно-розового цвета, с дальнейшим поливом Фитоспорином-М Олимпийский. В грунт добавьте природный, пористый, оздоравливающий разрыхлитель ПухоВитА, чтобы он структурировал почву, и желательно хотя бы чуточку биопрепаратов 33 Богатыря и Кормилица Микориза, чтобы насытить грунт полезнейшими микроорганизмами;

– для размножения комнатных растений отрезайте только здоровые черенки и листья, замачивая их в растворе КорнеСила.

ЛЕЧЕНИЕ:

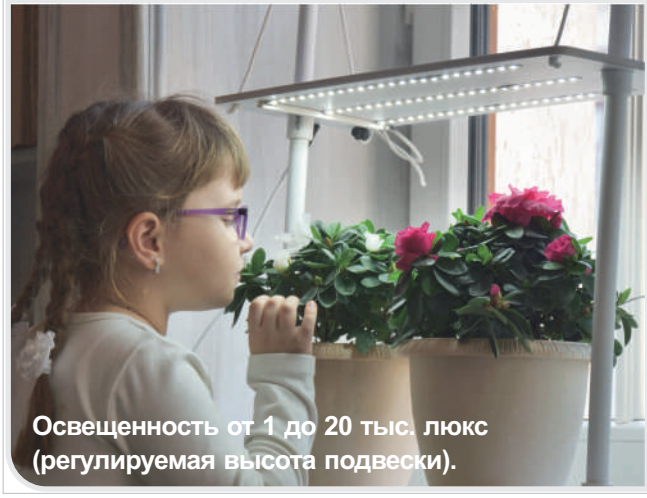
– опрыскивание растения при появлении первых признаков болезни раствором РеаниматоРа в соотношении 1:20 с интервалом 10–14 дней;

– удаление листьев с подозрительными пятнами. С появлением признаков заболевания прекратите опрыскивание листьев и улучшите проветривание. У некоторых растений пораженные листья можно смело удалять, например у гибискуса. У орхидей лист можно удалять только после полного пожелтения;

– если у растения появились признаки увядания, срочно выньте его из горшка, промойте корневую систему, удалите гнилые корни. Здоровые корни замочите в растворе РеаниматоРа в соотношении 1:2.

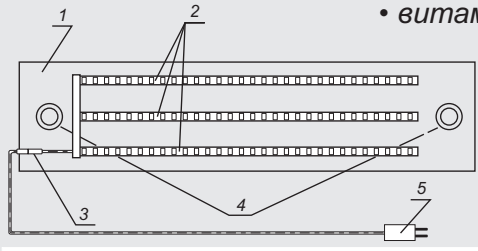
Если комнатные цветы заболели листовыми болезнями (особенно это относится к сенполиям, герберам и комнатным розам), нужно применить Богатый-Микро Медь, развести в 1 литре воды 2 мл препарата (половину чайной ложки) и опрыснуть растения 3-кратно с интервалом 10 дней.

Благодарно отзываются на подсветку цитрусовые, абутилон, алоказия, алоэ, банан, бромелиевые, гибискус, каланхоэ, молочай, олеандр, пахиподиум, пеларгония, перец декоративный, розы, хлорофитум пестролистный, юкка и другие.



Светильник 3 урожая ОЖЗ дает растениям полноценное освещение, как солнце.

Круглогодичное выращивание
- *витаминной зелени,*
- *рассады*
- *овощей,*
- *ягод,*
- *цветов.*



Обозначения на рисунке:
1 – верхняя несущая панель; 2 – лента светодиодная;
3 – гнездо для блока питания; 4 – отверстия для стоек;
5 – низковольтный блок питания с вилкой.

ВСЕ МЫ ДЕТИ

Братюня против американских агентов

Сказка 9. Часть 6. А пока повторим...

В прошлой части тимуровцы, изобретатели, юные испытатели – Вова, Соня, Сима, Игорь и Олег фантазировали о изобретении лазерного глаза, освещающего с квадрокоптера колорадских жуков, чтобы Братюне было проще их ловить. Мальчик Вова вспомнил про горчицу, предложил развести ее с водой и опрыскать листья картофеля – она ведь щипучая, жуки точно разбегутся.

Петрович подтвердил, что если опрыскать картофель раствором с горчицей и уксусом, жуки испугаются.

И каждый начал вспоминать рецепты, безопасные для растений, но очень эффективные против колорадского жука.

Самый жуткий рецепт предложила тётя Лёля...

Читаем продолжение.

Тимуровцы, изобретатели, юные испытатели

СОЧИНИТЕЛЬ: В.И. Кузнецов, ХУДОЖНИК: Л.Х. Безрукова, ПОМОЩНИКИ: Соня, Катя, Настя, Юля...

Тётя Лёля: «А у меня просто жуткий рецепт против колорадского жука. Его тоже надо испытать...

Берем 200 г луковой шелухи, а можно, я думаю, и растёртый лук, плюс 200 г растёртых головок чеснока, плюс 10 л воды, плюс 200 г махорки (надо попробовать обойтись и без махорки). Потом 2 часа кипятим на медленном огне. Отвар охлаждаем, процеживаем через марлю, добавляем воды до 10 л и кладем 30 г хозяйственного мыла».

Симочка: «Ну, это какой-то волшебный отвар от Бабы Яги. Страшно-о-о-о!»

Петрович: «А что, это может сработать. Есть такое понятие – фитонциды, с латинского языка фито – растение, а цид – убить. Фитонциды – это летучие и жидкие вещества, которые выделяют растения, чтобы защититься от микробов и вредителей. Фитонциды хорошо лечат и растения, и человека, и животных. Первым в мире замечательные, удивительные фитонциды открыл в 1928 г. наш российский ученый Токин Борис Петрович. Наша страна вообще самая умная и творческая в мире: каждое третье великое открытие сделано в России».

Братюня глубокомысленно сказал: «Да, мы большие придумщики». Все рассмеялись.

Петрович: «Борис Петрович Токин с друзьями провёл множество опытов. Выяснилось, что все растения выделяют фитонциды. Например, кашица чеснока, лука убивает все микробы, вызывающие болезни человека:

Токин Борис Петрович (1900–1984) – советский учёный-биолог, доктор биологических наук

туберкулёз, сибирскую язву, дизентерию, тиф и др. Так что, может быть, и жуку не поздоровится.

Ребята и девчата, давайте испытывать!»

Братюня: «Ребята, ребята! Жуки же американские, и, наверное, они знают своего американского президента Трампа. Мы будем тащить его портрет по огороду, и колорадские жуки поползут за ним! Потом мы погрузим их всех на корабли, самолеты и отправим обратно в Америку». Все рассмеялись. Братюня обиженно:

«У нас же мозговой штурм, и смеяться, критиковать нельзя».

Дорогие друзья!
Подписывайтесь на нашу теплую, душевную газету и раз в месяц получайте ценные советы профессионалов – садоводов, огородников, ветеринаров.
ВНИМАНИЕ! Подписные индексы нашей газеты в каталоге Почты России – П7961 и П8145.
Стоимость подписки за 6 месяцев – от 300 рублей.

БЕСЦЕННЫЕ УДОБРЕНИЯ ДЛЯ ОГОРОДА СОБИРАЕМ НА КУХНЕ

Владимир Иванович Корнилов – заслуженный агроном Республики Башкортостан, удивительный человек

Написал и задумался, не смешно ли? И стоит ли об этом говорить, и нужно ли, а подумав, решил: нужно. И это не только требование экологии: «не сори вокруг», «борись за чистоту» – за свое здоровье через чистоту окружающей среды – воду, воздух, почву. Человек – часть природы, и почти все, чем он пользуется, можно вернуть в природу с пользой для всех. Например, на селе в России живет почти 40 млн человек, из них половина пользуется печным отоплением и банями, а это зола – источник кальция, калия, магния и других макро- и микроэлементов, сбалансированных по природной технологии. Это и источник углерода, так же, как бумага, картон, изделия из хлопка, льна, кунжута, шерсти и других. Все это успешно перерабатывается в компосте с выделением углекислого газа и тепла. Сюда же следует отнести старую одежду, обувь (без синтетики), солому, стружку, прутья, используемые в быту.

От главного редактора. *Мы живем в частном доме, в котором долгое время (~30 лет) было печное отопление, и золу, естественно, разбрасывали по огороду. Сделали агрохимический анализ почвы, и он показал превышение по калию в 7 раз, а это приводит к засолению почвы, рост растений замедляется, они увядают и гибнут.*
Делать агрохимический анализ почвы стоит хотя бы раз в 5 лет, чтобы знать, чего не хватает и с чем нельзя переборщить.

Немалый объем занимают отходы жизнедеятельности одомашненных животных, птицы. Садоводы-огородники собирают и используют на удобрение **кроличий и птичий помет**. Куриный и голубиный помет – прекрасный источник азота – добавляется в подкормки в разведении 1:20.

Опилки используют для улучшения физических свойств почвы, уменьшения ее связности, улучшения влаго- и воздухоемкости, а также водоудерживающей способности. Это богатейший источник углерода.

О КУХОННЫХ ОТХОДАХ СЛОВО

Летом кухонные отходы в основном кидают в компостную кучу, а что делать дачникам в зимнее время? Как можно сохранить отходы до весны? Для сбора подойдут такие отходы, как кости, скорлупа, шелуха лука и чеснока, спитый чай – это все лучше засушивать. А замораживать что-то подгоревшее, прокисшее, заплесневевшее, хлебные корки и крошки, очистки овощных культур, которые при комнатной температуре быстро начнут выделять неприятный запах. Кстати, если почувствуете запах, то можно опрыскать отходы Царь-Дорантом, и запах исчезнет (но все же лучше заморозить).

Очистки картофеля и овощных культур содержат крахмал, калий и много полезной органики. Их можно и засушивать, но хранить в дышащих мешочках.

Скорлупу лучше всего использовать от сырых яиц, ее хорошо промыть и тоже хранить в дышащих мешочках. Скорлупа на 93 % состоит из кальция.

Использованная заварка – источник калия, кальция, магния, марганца, натрия и железа. Ее можно засушить либо сразу раскидать по грядкам в летнее время. Можно использовать и для домашних растений, но не переусердствуйте – внесенная в больших количествах заварка подкисляет почву.

Лузга – шелуха семечек подсолнуха – хорошее удобрение и разрыхлитель почвы, но не разбрасывайте лузгу по участку, ничего хорошего не будет, зато грызунов появится больше. Шелуху хорошо закладывать в компост, ее используют как мульчу, дренаж для рассады, она отлично разрыхляет глинистые почвы

Недавние исследования о количестве продуктов, выбрасываемых на свалку в России, показали, что ими можно было бы прокормить 30 млн жителей.

Такие натуральные удобрения по душе сторонникам органического земледелия и экологически сознательным горожанам-дачникам – этим мы уменьшаем количество мусора и выращиваем свои овощи и фрукты, используя натуральные органические удобрения.

ФЛОКС МЕТЕЛЬЧАТЫЙ – МНОГОЛЕТНИЙ

Геталина Алексеевна Тишина – садовод-любитель, ветеран труда из Чувашии

Многолетние флоксы – это самые декоративные и любимые цветы старшего поколения – того поколения, которое выиграло войну с фашизмом, когда не было вездесущих импортных гвоздик и хризантем. Яркие и очень крупные шапки соцветий флоксов и сейчас являются лучшим украшением дачных участков горожан, деревенских палисадников.

Впервые флокс многолетний метельчатый я увидела в Москве на Ленинском проспекте в самом начале шестидесятых годов. Был август, они цвели во всей своей красе крупными шапками-метелками по центральной линии проспекта, по всей его длине, в основном светлыми тонами (розовые, красноватые, белые, чуть сиреневые). Зрелище было завораживающее и, думаю, что не только для меня. С тех пор я выращиваю их на своем дачном участке. Летом во время цветения невозможно оторвать глаз. В европейской части России, на Урале, на южной половине Западной Сибири, на Дальнем Востоке флокс метельчатый зимует без всякого укрытия.

У флокса метельчатого длинные и очень прочные цветоносы, он хорошо смотрится в букетах, долго стоит в простой воде, без добавок. Благодаря современным селекционерам флокс метельчатый заметно преобразился. Цветы стали крупнее – 4–5 см, окраска – разнообразней: белой, всех оттенков розового, фиолетово-каштановой, нежных пастельных оттенков и с яркими глазками в середине. Прочные цветоносы облиственны до самой земли, высота растений 60–100 см. Цветение продолжается до морозов. Чтобы крупноцветковый сорт не обмельчал, не забывайте подкармливать цветы по весне азотным удобрением. Поближе к цветению, когда только начинают образовываться бутоны, используйте для подкормки суперфосфат; чтобы цвет получился более насыщенным, добавьте калийное удобрение. Пользуйтесь жидкой подкормкой из расчета 2 ст. л. универсального удобрения Бионекс-Кеми на ведро воды. Это ведро разлейте приблизительно на 1 кв. м., обязательно после полива. Размножаются эти прекрасные цветы легче всего кусочками корневищ, которые обрастают корнями толщиной 2–3 мм. Перед посадкой корневища желательно обмакивать в раствор КорнеСила (1 часть препарата на 100 частей воды). У каждого прошлогоднего стебля ежегодно формируются 2–3 почки возобновления. А в случае их гибели трогаются в рост спящие почки, из которых отрастают новые побеги. Зацветают они в тот же год, но полная декоративность достигается на второй год после посадки. Чтобы избежать огрубения и разрушения корневища, не реже чем через 4 года флоксы нужно делить. Есть еще способы размножения стеблевыми и даже листовыми черенками, но они трудоемки и требуют большего опыта. Их используют специалисты для быстрого размножения новых или очень ценных сортов. Я отдаю предпочтение крупноцветковым сортам, имеющим интересную окраску и большие соцветия. Для защиты от всевозможных болезней флоксам нужны профилактические опрыскивания раствором Фитоспорина-М Садовые цветы, которые проводят раз в 10–14 дней.

Любителям на весну могу отправить наложенным платежом флоксы многолетние. Комплектую коллекции из 5 разных расцветок, стоимость коллекции – 400 руб. плюс почтовые расходы. Звоните заранее. Возможен расчет через карту Сбербанка России. 429956 Чувашия, г. Новочебоксарск, а/я 461, тел.:8 (917) 651 20 94.

ДОКТОР АЙБОЛИТ – АКТИНИДИЯ КОЛОМИКТА

Выращиваем в аптечку

Светлана Ивановна Павленко – биолог, биохимик

И.В. Мичурин, занимавшийся селекцией актинидии коломикты, пророчил ей большое будущее, справедливо считая, что эта исключительно полезная лиана должна выращиваться во всех наших садах. Он даже предполагал, что со временем она может вытеснить крыжовник и виноград. Но до сих пор коломикта еще не часто встречается на наших дачах. Листья актинидии меняют свой цвет под воздействием прямых солнечных лучей – сначала кончики белеют, затем розовеют, окрашивание распространяется по листу, приобретая нежно-малиновый оттенок. В тени листья часто остаются зелеными. У нас в России актинидия коломикта растет на Дальнем Востоке, поэтому в народе ее называют «амурский крыжовник» за сходство плодов.

Листья актинидии меняют свой цвет под воздействием прямых солнечных лучей

Растение представляет собой многолетнюю ветвистую лиану, взбирающуюся на высоту 7-8 метров, и является не только полезным, но и высокодекоративным растением.

В момент цветения она источает нежный душистый аромат.

В конце лета – начале осени созревают плоды – небольшие овальные ягодки желто-зеленого цвета с продольными полосками, напоминающими крыжовник. Сразу после созревания плоды опадают.

Актинидия коломикта – растение двудомное, имеются как мужские, так и женские экземпляры, хотя встречаются и самоплодные сорта. Поэтому для плодоношения необходимо высаживать на несколько женских лиан одну мужскую. Распознать пол растения можно только в момент цветения, поэтому приобретать актинидию лучше у проверенных производителей.

ВЕСЕННИЕ ЗАМОРОЗКИ ОПАСНЕЕ

Коломикта – самая морозостойкая из всех актинидий, выдерживает похолодание до -40 °С, взрослые растения зимуют в нашем климате без укрытия. Страдает лиана от весенних заморозков, но постепенно восстанавливается. Но это ослабляет плодоношение или вовсе сводит его на нет. Укрытие актинидии нетканым материалом перед заморозками поможет избежать неприятных последствий.

КАКОВ УХОД – ТАКОВ И ПЛОД

Коломикта предпочитает кислые или нейтральные почвы, умеренно увлажненные, может расти в полутени,

Плоды актинидии весом 1,5–3 г обладают нежным вкусом, сладкие или с кислинкой, с ароматом ананаса и земляники

но обильное плодоношение бывает только на солнце.

Молодые саженцы притеняют, мульчируют, регулярно поливают и своевременно подкармливают, а также защищают от кошек, которые очень любят грызть молодые побеги. При хорошем уходе уже на 3-й год актинидия плодоносит.

Чем можно помочь актинидии? При высадке саженцев в посадочную яму желательно внести биопрепараты 33 Богатыря (0,5 стакана) и Кормилица Микориза (1 стакан), которые снабдят ее полезной почвенной микрофлорой на всю жизнь. Микроорганизмы будут рыхлить и оздоравливать почву, помогут усваивать элементы питания и воду из почвы, а также защитят от болезнетворных микробов. Кроме того, есть замечательные мягкие органоминеральные

удобрения Гуми-Оми: весной и до середины лета применяем Гуми-Оми Плодовые (0,35 кг), а во второй половине лета и осенью – Гуми-Оми Осенний (0,5 кг). Для улучшения завязывания ягод до и после цветения можно дважды с интервалом в 2 недели обработать актинидию раствором биоудобрения Борогум (1 ч. л. на 0,3 л воды).

ВКУСНО И ОЧЕНЬ ПОЛЕЗНО

Актинидия коломикта – уникальное растение по химическому составу. Плоды богаты клетчаткой, витаминами Е, Р, В1, В2, К, содержат убихинон (витамин Q), никотиновую и фолиевую кислоты, флавоноидные антиоксиданты, пектины, сахара, дубильные вещества. Минеральный состав: фосфор, кальций, натрий, калий, магний, железо, цинк, хром. А по рекордному количеству аскорбиновой кислоты (900–1400 мг на 100 г) она превосходит черную смородину и лимоны, уступая только шиповнику. Достаточно съесть всего несколько ягод, чтобы восполнить суточную норму витамина С.

Целебно все растение: семена актинидии содержат жирные масла, листья – сапонины и гликозиды, корни – алкалоиды.

Актинидия коломикта очень вкусна, из нее готовят муссы, компоты, мармелад, джемы, варенье, а в вяленом виде она напоминает изюм.

Плоды актинидии коломикты используются:

1. Для нормализации кровяного давления и сердечного пульса. Стакан свежеотжатого сока актинидии снимает приступ стенокардии.

2. При заболеваниях дыхательных путей, пищеварительных органов, при туберкулезе, ревматизме.

3. Как общеукрепляющее, обезболивающее, антигельминтное, успокоительное, кровоостанавливающее средство.

4. Для профилактики онкологии, остеотропной активности костей (витамин К).

5. Для предотвращения и лечения авитаминоза, цинги.

6. Как ранозаживляющее. Сок актинидии используют для примочек к незаживающим ранам и язвам мокрой экземы.

ВНИМАНИЕ! *Спектр применения актинидии коломикты для лечения различных заболеваний очень широк, но при этом надо учитывать, что препараты на ее основе повышают уровень протромбина в организме. Людям, страдающим расширением вен, тромбофлебитом, следует пользоваться ими с осторожностью и только после консультации с врачом. Также у тех, кто пробует актинидию впервые, возможны аллергические реакции и расстройство желудка, поэтому не стоит сразу употреблять большое количество ягод.*

БАШИНКОМ В КАЖДЫЙ ДОМ!

Компания «БашИнком» **разработала доступную систему доставки своих товаров «до двери» для всех жителей нашей страны, независимо от региона проживания.**

Мы заботимся об окружающей среде, здоровье и благосостоянии населения и хотим, чтобы наши препараты были доступны каждому!

www.bashinkomvdom.com 8-987-090-03-79

КОГДА РАСТЕНИЯМ ТРЕБУЕТСЯ МНОГО ЕДЫ

Новые биопрепараты Бионекс-Кеми. Оцените!

Д.В. Скотников, кандидат биологических наук

Способы питания растений и животных серьезно различаются. Вместо привычных для нас органических веществ в качестве пищи растения потребляют растворенные минеральные соли, поглощая их корнями из почвы. Для того чтобы растения смогли использовать элементы питания из органических удобрений, перед этим с ними должны серьезно поработать почвенные микроорганизмы. Они занимаются минерализацией органики, выделяя в почву простые соединения – те же самые минеральные удобрения! Только дозировано, растянуто во времени. **Что же делать, если ПИТАТЕЛЬНЫЕ ВЕЩЕСТВА ТРЕБУЮТСЯ РАСТЕНИЯМ СРОЧНО, и как определить, что подкормка необходима?**

Правильным решением будет воспользоваться комплексным минеральным или органоминеральным удобрением, строго соблюдая дозировку по инструкции. Среди них качеством и сбалансированностью выделяется водорастворимое удобрение Бионекс-Кеми, содержащее по 18 % главных элементов питания – азота, фосфора и калия, а также серу и набор из 7 важнейших микроэлементов. Бионекс-Кеми убережет ваши комнатные и огородные растения от хлорозов, повысит декоративность, усилит иммунитет и увеличит урожай.

ЛУЧШЕЕ УСВОЕНИЕ ПРЕПАРАТОВ

Применять Бионекс-Кеми необходимо, прежде всего, весной, когда часть растворимых минералов вымывается талыми водами, а растениям для роста требуется много азота и других элементов питания. Следующую подкормку проводят через месяц после первой и продолжают с такой периодичностью до середины лета. Подкормки для комнатных растений проводятся регулярно в течение года, за исключением периода покоя, необходимого некоторым из них. Причем удобрения можно применять как в виде корневой, так и некорневой подкормки, опрыскивая рабочим раствором листья растений. Для приготовления рабочего раствора в комнатных условиях 1 ч. л. Бионекс-Кеми растворяют в 1 л воды, а в огороде на ведро воды потребуется 1-2 ст. л. с горкой. Расход рабочего раствора – 1 л на 10 м^2 при опрыскивании или 5 л на 1 м^2 при поливе овощных и цветочных культур. Для плодовых деревьев и кустарников потребуется 1-2 л на дерево при опрыскивании или 10–20 л при поливе.

ЧТОБЫ ОБЕСПЕЧИТЬ ПОЧВЕ УСТОЙЧИВОЕ ПЛОДОРОДИЕ

, требуется чередовать или совмещать минеральные удобрения с органическими. Хороши для этого компост, перегной, Бионекс и Куриный помет настоящий. Они обеспечивают питанием почвенную микрофлору, делая почву живой, насыщая ее гумусом и биологически активными веществами, формируя комфортную для корней растений структуру.

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР. **Я раньше как-то не очень верил в пользу лекарственных растений. Но в последние годы мы провели много опытов с ними – эффект просто удивительный! Дорогие, сейчас я призываю вас: протяните руки и берите. В природе есть все – и здоровье, и польза, и радость! Выращивайте лекарственные растения, оздоравливайтесь, лечитесь.**

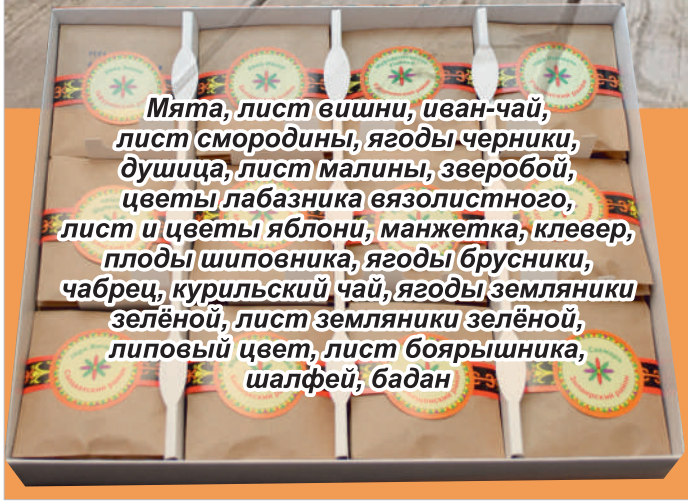
Народный проект «СВОЯ АПТЕКА В ОГОРОДЕ»

КАК ПОВЫСИТЬ ИММУНИТЕТ?

С ПОМОЩЬЮ ВИТАМИННЫХ И ПОВЫШАЮЩИХ УСТОЙЧИВОСТЬ ОРГАНИЗМА АРОМАТНЫХ ЧАЕВ!

Альфия Муратовна Мингажева – кандидат биологических наук, специалист по лекарственным травам

БРЕНДОВЫЙ ЧАЙ ИЗ ТРАВ 12-ти ГОРНЫХ УГОЛКОВ БАШКИРИИ



Мята, лист вишни, иван-чай, лист смородины, ягоды черники, душица, лист малины, зверобой, цветы лабазника вязолистного, лист и цветы яблони, манжетка, клевер, плоды шиповника, ягоды брусники, чабрец, курильский чай, ягоды земляники зелёной, лист земляники зелёной, липовый цвет, лист боярышника, шалфей, бадан

Натуральные травы – 100 % органический продукт из самых экологически чистых мест Башкирии.

Чайный набор из 22-х видов трав (на любой вкус) повышает иммунитет и укрепляет наше здоровье, особенно в зимнее время.

ЭТО НЕ ПРОСТО ЧАЙ – ЭТО РОДНОЙ, НЕПОВТОРИМЫЙ БРЕНД

Обращайтесь с вопросами: (347) 291-10-20
Читайте на сайте: народные-проекты.рф/башкирский_чай/

12 НАБОРОВ ЧАЙНЫХ НАПИТКОВ ИЗ ДУШИСТЫХ ВИТАМИННЫХ ТРАВ

БАШКИРСКИЙ ЧАЙ «ТЫУҒАН-РОДНОЙ» только из экологически чистых уголков Башкирии

1. Гафурийский чай состоит из 4-х целебных трав. Помогает при заболеваниях сердечно-сосудистой системы и мочевыводящих путей.

2. Белорецкий чай состоит из 4-х трав. Применяют для омолаживания, укрепления сосудов сердца, выведения шлаков, токсинов и нормализации обмена веществ.

3. Кугарчинский чай состоит из 4-х ароматов. Полезен при простудах, при лечении нарушений пищеварения, гастрите и язве желудка.

4. Учалинский чай состоит из 4-х растений. Повышает работоспособность, полезен при ревматизме, подагре, гипертонии, заболеваниях нервной системы, кожных болезнях, головной боли, болезнях сердца, простуде.

5. Бурзянский чай состоит из 4-х трав и плодов черники. Ароматный вкусный чай укрепляет сердце и иммунитет, помогает при простуде и болях в желудке.

6. Абзелиловский чай очень эффективен при хронических пиелонефритах и циститах, помогает при простудах.

7. Нуримановский чай оказывает общеукрепляющее действие, помогает от бессонницы, при водянке.

8. Караидельский чай повышает иммунитет, укрепляет стенки сосудов, обладает бронхолитическими свойствами.

9. Салаватский чай обладает желчегонными, противосклеротическими, иммуностимулирующими, тонизирующими, бронхолитическими свойствами.

10. Баймакский чай имеет противовирусные, противодиабетические, противоаллергические свойства.

11. Благовещенский чай – отличный антиоксидант, выводит шлаки и токсины. Его применяют при пневмонии, астме, при нарушениях обмена веществ.

12. Зилаирский чай имеет жаропонижающий; антибактериальный; сосудорасширяющий, отхаркивающий, противоглистный, обезболивающий эффекты.

Гафурийский район

Любой чих или кашель в это время года наводит страх – эпидемия гриппа. Но не менее опасны и другие вирусные инфекции. Давайте заранее готовиться к этой «нечисти»! В наших силах снизить вероятность заболевания, облегчить его течение. И помогут нам в этом витаминные, повышающие иммунитет чаи и растения-фитонциды (фитонциды – это образуемые растениями летучие биологически активные вещества, убивающие или подавляющие рост и развитие патогенов; особенно много их содержится в чесноке и луке).

ЧТО ТАКОЕ ИММУНИТЕТ?

Это способность организма защищаться от болезнетворных бактерий, вирусов, простейших, паразитических червей и раковых клеток, поддерживающая постоянство внутренней среды.

КАК ПОВЫСИТЬ ИММУНИТЕТ?

В первую очередь, конечно, нужно вести здоровый образ жизни: правильное питание, физические нагрузки, закалка, отказ от курения, минимум алкоголя. Иммунитет делает людей неподвластными болезням, даже в разгар эпидемий.

А еще помогут нам в повышении иммунитета простые и доступные сборы травяных чаев. Надеюсь, вы запаслись целебными травами и помните важнейшие правила сбора лекарственных растений: многолетние травы не срывать, а срезать, так как срывая, можно выдернуть растение; однолетники можно срывать, но обязательно несколько растений оставляйте для обсеменения. Никогда не собирайте лекарственные растения в городе, рядом с предприятиями или с полем, где проводилась обработка ядохимикатами, или на расстоянии до 100 м от дороги. Чай, содержащий соединения бензопирена, свинца, кадмия, цинка и других тяжелых металлов, нам не нужен! Тяжелые металлы оказывают мутагенное (возникновение наследственных изменений), тератогенное (нарушение в развитии эмбриона) и канцерогенное действие.

Многие относятся с опаской к травяным чаям, забывая, что чай тоже трава. Но наши родные травяные чаи ближе и полезней для нашего организма.

В следующем номере вы узнаете рецепты полезнейших травяных чаев и научитесь с наибольшей пользой заваривать их

ВЗВЕСИТЬ ВСЕ

История о том, как мужчина решил похудеть на 50 кг. И похудел

Илья Переседов до начала работы над собой в октябре 2018 года и после – в июле 2019 года. Фото из личного архива Ильи Переседова

От главного редактора В.И. Кузнецова. *Похудеть или не жиреть легко, если у человека есть в жизни полный набор целей:* ***любовь ко всему сущему, к планете, к Родине, к родным.***
Судя по статье, у товарища было всего две цели: 1) деньги, деньги, деньги; 2) выжить, не стать инвалидом. Веселей, когда целей больше и цели большие.

ЛИЧНЫЙ ПРОЕКТ

На 50 килограммов за 9 месяцев похудел московский предприниматель Илья Переседов. И продолжает худеть – без сложных диет, химии, гормонов, без чудо-тренеров. С опорой только на научные знания, интуицию и характер.

Полтора года перед отъездом в Таиланд были для Ильи нервными – мало, впрочем, отличаясь от других времен. Много работы, перебои с оплатой заказов, нервотрепка налоговой (фирма Переседова занимается созданием и продвижением сайтов)... Илья много нервничал, мало спал, срывался на подчиненных и домашних, бесконечно заедал стрессы («мог зараз съесть две копченые свиные рульки»). Поесть он всегда любил.

За несколько лет такой жизни Илья поправился примерно на 40 килограммов. А когда ты весишь 150 кг, то тебе плохо спится, трудно ходится (он и в булочную через два дома ездил на такси), тяжко дышится, болят суставы, все лень...

Друг Переседова, врач-терапевт, не раз уговаривал его взяться за себя. Пока наконец не сказал Илье: все, ты на грани 4-й стадии ожирения. То есть впереди неизбежный диабет и очень высока вероятность инсульта.

– Я выбирал между смертельно опасным ожирением и тяжелой, но, возможно, успешной попыткой себя спасти. У меня не было задачи скинуть пару кило к лету, я худел, спасаясь от инвалидности.

Переседов подошел к похудению как к проекту, где все будет зависеть исключительно от него. В котором все расчеты должны быть максимально точными.
Для начала надо было освободить ближайший год от больших проектов по работе, чтобы не отвлекаться от борьбы с весом. И второе – сменить обстановку. Стены родного дома не только помогают, а еще кормят и расслабляют, и Илья решил вырваться на время из сытного плена и уехать туда, где не должно было быть уютно и вкусно – в Таиланд. Он терпеть не мог азиатскую еду.

МЕНЯЯ ШАГ

Полтора километра вдоль океана от отеля до китайского ресторана, потом обратно к отелю – и полтора километра в другую сторону. Таков был первый маршрут, которым Илья бодрым шагом пошел по предместью города Районг.

В медицинских книгах он прочел о том, что жир быстрее всего сгорает при длительных аэробных нагрузках средней интенсивности (это когда делаешь что-то, прилагая усилие, при этом не задыхаешься и можешь разговаривать). Из всех нагрузок Илья выбрал ходьбу, как самую безопасную в его состоянии – и во многом благодаря ей похудел на свои первые 25 кг. И оказалось, что ходьба – это не просто перебирать ногами по дороге.

Тут активно работают мышцы спины, пресса, рук, плеч, шеи. И если, например, лишь немного иначе наклониться при ходьбе или изменить шаг и замах, самочувствие и скорость заметно изменятся. Экспериментировать с этим было очень интересно.

Но поначалу было не до экспериментов. Вес 150, температура за 30, влажность 80... Главной задачей в первые недели было не упороться «в ноль», а выйти на другой день. И каждое утро Илья поднимал себя за шкирку и тащил ноющее всеми мышцами тело по дорожке вдоль моря. Сначала он ходил 40 минут, потом час, два часа, четыре... Такси до булочной было забыто: несколько месяцев ходьбы запустили процесс похудения, укрепили мышцы и научили его понимать и чувствовать свое тело.

Вернувшись в отель, Переседов принимал душ и садился за еду.

Главным в лечении ожирения было обеспечить дефицит калорий – он должен был их намного больше тратить, чем набирать. Илья начал свою диету с пары яблок или горсти риса в день, запивая это «большой водой». Продолжил – смузи, приготовленным своими руками, овощами, орехами, нежирным мясом на гриле, диетическими супчиками («с парой голяшек и лучком»), редко – легким сыром. Обычным своим пищевым привычкам он в целом не изменил и о дотошном измерении калорий, по его словам, не думал. Взвешивался раз в неделю. За каждый месяц в Таиланде он становился примерно на 8,5 кг легче.

Со временем Илье стало скучно просто ходить по четыре часа в день. Но бегать трусцой при его весе означало бить себе снизу в позвоночник. Альтернативой стал эллипс.

МЫШЦЫ ВМЕСТО ЖИРА

На тренировке он выглядит атлетом: широкие плечи, мускулистые руки, двигающие рычаги тренажера, ноги на каждом шаге с силой давят на педали. Работа на эллипсе – это нечто среднее между легким бегом, велосипедом и лыжами. Тут тренируются разом ноги, руки, пресс, спина, плечи.

...Вернувшись из Таиланда, Илья продолжил планомерно «сжигать жир», работая на эллипсе, по книгам и видео изучая опыт похудевших, примерять его к себе, продолжая формировать собственную программу. В книге популярного американского актера и тренера Илья нашел подходящую ему систему тренировок – с небольшими весами и многими повторами – и сейчас работает по ней, а инструктор в зале лишь следит за правильностью выполнения упражнений по его схеме.

За последний месяц он похудел «всего» на 2,5 кг, но объем талии уменьшился на три дырки в ремне: мышцы заменили жир, а они больше весят. Жировая прослойка ушла не вся, всего до 1-й стадии ожирения. Он планирует убрать и ее и от нынешних 107 кг оставить 98. А потом – сдать нормы ГТО.

Статья подготовлена по материалам Российская газета - Неделя № 256(8014)

От главного редактора В.И. Кузнецова. *Товарищ пока еще не понимает, что настоящее здоровье, радость и счастье появятся у него тогда, когда он будет думать о других людях, помогать им, любить всех и свою родненькую Родину…*

ВТОРОЙ СЕЗОН ШКОЛЫ ОРГАНИЧЕСКОГО ЖИВОГО ЗЕМЛЕДЕЛИЯ!

Великолепные занятия школы ОЖЗ проходят в здании Башкирского научно-исследовательского института сельского хозяйства, основанного в 1956 г. На базе института имеется плодопитомник (с. Кушнаренково). Вот кому можно доверять!

Саженцы у них превосходные – уж точно получите, что заказывали!

Уважаемые садоводы!

Вы интересуетесь новыми технологиями?

Хотите быть здоровыми, выращивать на своих участках богатые и экологически чистые урожаи без химикатов и получать рекомендации профессионалов органического живого земледелия?

Тогда вам к нам, на бесплатные занятия Школы ОЖЗ, которые проводятся каждый четверг в 15-00 по адресу: г. Уфа, ул. Р. Зорге, 19 (АКТОВЫЙ ЗАЛ БНИИСХ).

В январе вы узнаете, как выращивать бобовые культуры, какие выбрать сорта плодовых, как приготовить удобрения своими руками, что такое травоквашение (подробное расписание смотрите в группе vk.com/gryadkaojz).

Тел.: 8 (347) 292-09-96

ЖИВОЙ, ЗДОРОВЫЙ ВОЗДУХ В ДОМЕ

Комнатные растения делают отравленный воздух живым и целебным

Альфия Муратовна Мингажева – кандидат биологических наук

Продолжение. Начало в декабрьском номере, стр. 26

Комнатные растения делают мертвый, отравленный воздух помещения живым и целебным. Они не только создают уют, но и приносят пользу, оживляя атмосферу дома в буквальном смысле слова. Комната с растениями кажется обитаемой, безопасной, вызывает чувство уверенности, оптимизма.

По действию на атмосферу растения можно разделить на 3 группы:

1 группа – БАКТЕРИЦИДНЫЕ, АНТИФУНГАЛЬНЫЕ, АНТИВИРУСНЫЕ РАСТЕНИЯ – это растения, летучие выделения которых обладают выраженной антибактериальной, антифунгальной, антивирусной активностью (фитонцидные растения). К ним относятся: аглаонемы, аукуба японская, алоэ, амариллисы, агапантусы, бегонии, диффенбахия, драцены, каланхоэ, кофейное дерево, мирт обыкновенный, можжевельник декоративный, плющи, пеперомия туполистная, пиллея Кадье, розмарин, сансевиеры, толстянки, фикусы, цитрусовые (лимоны и апельсины), плющи, хлорофитумы и многие другие.

Специалисты Всероссийского института лекарственных и ароматических растений (ВИЛАР) выяснили, что за 24 часа хлорофитум почти полностью очищает воздух от вредных микроорганизмов. Туя снижает количество микробов в комнатном воздухе на 60 %, хризантема – на 66 %, циперус – на 59 %, герань и бегония – на 43 %. Лаванда и лимон выделяют фитонциды, под действием которых улучшается работа головного мозга, а запах лимонных листьев к тому же обладает тонизирующим эффектом и улучшает общее состояние. Способностью уничтожать бактерии и вирусы обладает и лавр благородный, хорошо растущий в комнатах. Его полезно держать тем, кто страдает сердечно-сосудистыми заболеваниями, спазмами кишечника, желчных путей. Летом лавр также можно выносить на балкон, устраивая там фрагмент южного сада.

2 группа – УСПОКАИВАЮЩИЕ, ПРОТИВОВОСПАЛИТЕЛЬНЫЕ РАСТЕНИЯ.

Это растения, летучие выделения которых улучшают сердечную деятельность, повышают иммунитет, обладают успокаивающим, противовоспалительным и другими лечебными действиями. К этой группе относятся: мирт обыкновенный, розмарин лекарственный, герань душистая, лавр благородный, кофейное дерево и др. Эфирное масло пеларгоний (гераней) обладает способностью успокаивать нервную систему человека, смягчать стрессы и бессонницу. Такие растения хорошо держать в спальне, гостиной, детской.

3 группа – РАСТЕНИЯ-ФИТОФИЛЬТРЫ, поглощающие из воздуха токсичные вещества. Это аглаонема, алоэ, аспарагус Шпренгера, бегония вечноцветущая, бильбергия, драцены, диффенбахии, каланхоэ, пальмы, плющи, пеперомия, розан китайский, роицисс ромбический, спатифиллум, сансевиерии, сингониум, сциндапсус, филодендрон, хлорофитум хохлатый, эпипремнум перистый, хвойные, фикусы, эфироносные (герани, мирт), нефролепис, традесканция зебрина и др. По данным исследований, уже через 36 часов в полутора метрах от растений-фитофильтров снижается уровень формальдегидов в 2,5 раза, а на расстоянии 5 метров – на 30 %. На кухнях с газовыми плитами совершенно необходимо держать хлорофитумы, они эффективно поглощают газы. Их листья требуется периодически протирать. Хлорофитум хохлатый способен аккумулировать из атмосферы соединения серы, углерода, формальдегида, фенольные соединения, продукты сгорания, в большом количестве накапливающиеся в кухнях с газовыми плитами. Было установлено, что одно растение среднего размера с ампельными побегами может полностью нейтрализовать первичную концентрацию толуола и бензола (440 мг/м^3) через 216 часов.

Причем очистительные свойства цветов заметно усиливаются, если положить в цветочные горшки активированный уголь.

Хлорофитум вообще можно назвать чемпионом по очистке воздуха от формальдегида. В прошлом номере газеты мы подробно рассказывали о хлорофитуме.

Гибискус, или розан сирийский – фитонцидное растение и фитофильтр

4 группа – ФИТОНЦИДНЫЕ РАСТЕНИЯ ДЛЯ СВЕЖЕГО И ЧИСТОГО ВОЗДУХА. Растения, выделяющие отрицательные ионы, делают воздух свежим и легким для дыхания – это кипарис, туя, криптомерия, обладающие к тому же и фитонцидными свойствами.

У большинства субтропических растений увеличение активности летучих фитонцидов наблюдается в зимне-весенний период, что очень важно в лечебных целях, т. к. именно в это время возрастает число острых респираторных заболеваний.

5 группа – РАСТЕНИЯ ОТ МИКРОБОВ И ЭЛЕКТРОМАГНИТНОГО ИЗЛУЧЕНИЯ. И, наконец, еще одна группа полезных фитонцидных растений – кактусы и другие суккуленты, особенно с длинными иголками, – выходцы из Перу, Чили и горных районов Мексики. По мнению специалистов, эти растения не только убивают микробы, но и снижают вредную ионизацию воздуха, защищая нас от электромагнитного излучения. Место для этих цветов – вблизи телевизора и мониторов компьютеров. Для нормального роста им необходимо много света, поэтому размещать их на офисном столе, куда не попадают солнечные лучи, не следует.

Аспарагус Шпренгери – растение-фитофильтр

Фитомодуль из сансевьеры, эхмеи, традесканции зебрины, хлорофитума, калатеи. Все эти растения выделяют фитонциды. По данным НАСА, сансевиерия поглощает формальдегид, трихлорэтилен, бензол; эхмея – формальдегид и летучие химические соединения. А в вашем доме есть фитомодуль?

ПОВЫШАЮТ ВЛАЖНОСТЬ В ДОМЕ. С помощью цветов можно добиться и повышения влажности воздуха. Цветы, которым нужно много влаги, обычно возвращают ее через листья в процессе **транспирации** (от лат. trans и лат. spiro – дышу, выдыхаю). Это фиалки, цикламены, разные папоротники. Особенно успешно это делают циперус, декоративный банан, спармания, монстера и другие крупнолистные виды.

Настало время воспользоваться уникальными свойствами растений и сделать воздух в нашем доме живым и полезным для здоровья.

Учеными уже разработаны так называемые фитомодули: композиции, куда входят фитонцидные растения, растения-фитофильтры, растения-ионизаторы воздуха и растения-лекари, улучшающие состояние здоровья.

В фитомодулях растения сажают не в отдельные горшки, а в ящики, аквариумы, в большие керамические емкости (фото).

Дорогие!
Подписывайтесь на нашу газету «Моя грядка изобилия» и получайте полезнейшие советы профессионалов!

ВНИМАНИЕ! Наши подписные индексы в каталоге ПОЧТЫ РОССИИ – П7961 и П8145.

стоимость подписки:
1 месяц – от 50 рублей
3 месяца – от 100 рублей
6 месяцев – от 300 рублей

СЕКРЕТЫ ЗОЛОТЫХ НЕСУШЕК

Наталья Викторовна Фисенко –
главный ветеринарный врач, начальник отдела внедрения ветеринарных препаратов и кормовых добавок

Самые мои любимые жители подворья – куры. Только курочки постоянно на виду, копошатся и радуют нас каждый день, а мы получаем массу положительных эмоций и достигаем душевного равновесия. А для здоровья птицы, хорошей яйценоскости, да и своего спокойствия следует придерживаться следующих правил.

ЧЕМ КОРМИТЬ?

Для повышения яйценоскости добавляем зерно пшеницы – зимой до 70 % и летом до 40 % в основной корм. Пшеница – источник энергии, имеет в составе витамины группы В, провитамин Е.

Для восстановления оперения линяющей птицы нужен овес. Он богат незаменимыми аминокислотами, кальцием, натрием, железом. Зерно овса вводим около 10 %, усвояемость улучшается, если овес размалывать, пропаривать или проращивать.

Для обеспечения дополнительной энергией. В ячмене содержится оптимальное количество клетчатки, органических кислот, углеводов. Зерно ячменя вводят около 40 % в измельченном виде.

Источник углеводов и жиров, необходимых в холодное время, – кукуруза. Это быстро перевариваемый питательный корм. Зерно кукурузы вводят в рацион около 30 % зимой и 10 % летом. Увеличение данной нормы приводит к ожирению и снижению яйценоскости. Зерно желательно давать в молотом или в замоченном виде.

Если в рационе кур не хватает белковой пищи, яйценоскость резко сокращается, это значит, что нужно добавить бобовые, жмых, шрот подсолнечника, мясокостную, рыбную муку, рапс.

Для формирования желтка. Также очень полезно добавлять морковь, тыкву, капусту, зелень, если вы сделали заготовки на зиму. Источником каротина послужит обыкновенная рябина, предложите зимой курам оранжевые ягоды, они обязательно это оценят и отблагодарят вас ярким, насыщенным, вкусным и полезным яйцом.

ЛУЧШИЙ ДОМИК ДЛЯ НЕСУШКИ

1. Если вы оборудуете насест, используйте жерди, они удобной круглой формы (тонкий длинный ствол, очищенный от сучьев и ветвей). При этом помните, что на одну курицу приходится 20–25 см длины насеста. Один насест от другого крепят на расстоянии 35–40 см, от стены выдерживают расстояние в 25–30 см. Жерди располагаем на высоте от пола не более 40–50 см. Тогда куры не будут конкурировать за самое высокое и теплое место. Это очень важно зимой.

2. Размер курятника вычисляется из расчета 4 курочки на 1 кв. м. Выгульная зона для кур должна быть в 1,5 раза больше, чем курятник (но я бы сделала больше – вдруг захочется увеличить поголовье; опять же, чем просторней помещение, тем комфортней птице, меньше вредных газов скапливается, больше света и удобнее все это обслуживать).

3. Для формирования подстилки используют опилки или измельченную солому. Летом толщина подстилки может составлять 10–15 см, зимой рекомендуется 20–40 см.

Подстилку из опилок меняем в среднем 2 раза в месяц. Если сформируем подстилку, опрыскивая опилки микробиологическим препаратом Лежанка-Теплянка с полезными бактериями, то хватает на год. Такая подстилка выделяет тепло, предотвращает выделение аммиака и сероводорода, подавляет плесень и гниль, поглощает влагу и служит всю осень, зиму и весну.

4. У меня в курятнике висят инфракрасные лампы для обогрева, они нужны в сильные морозы (в январе – феврале у нас бывает до -35 °С), при этом расстояние до птицы не менее 50 см. Лампы мы защитили кожухами, потому что вокруг сухое сено и деревянный потолок.

За несколько лет содержания птиц я знаю, как решить небольшие проблемы, грозящие серьезными последствиями.

ЗДОРОВЬЕ КУР И ЯЙЦА

Маленькие яйца имеют примерно четверть от нормального размера. У них внутри нет желтка, только белок.

Такая проблема может быть из-за постороннего объекта внутри маточной трубы, который вызывает сбой в процессе формирования яйца.

Два или несколько желтков в одном яйце – приятный сюрприз, но на самом деле это ошибка птичьего организма. Двойной желток образуется, когда две овуляции происходят почти одновременно, в результате чего получают одну скорлупу.

Мягкая или тонкая скорлупа часто встречается у старых птиц, особенно когда речь заходит о высокопроизводительных гибридах.

У молодых же кур иногда яйцо слишком долго остается в скорлуповой железе (связано с процессом выработки кальция для образования скорлупы).

Яйца с тонкой скорлупой могут появиться в жаркие дни, когда температура окружающей среды возрастает. Это связано с пониженным потреблением корма. Толщина скорлупы вернется в норму, когда температура окружающей среды спадет.

Водянистый белок. С возрастом птицы качество яиц будет ухудшаться. Старые птицы откладывают яйца с водянистым белком. Такие заболевания, как инфекционный бронхит могут повлиять на способность птицы производить густой (белый) белок.

Кусочки мяса, которые находятся в белке, а не рядом с желтком, похожи на пятна крови. Они имеют коричневый цвет и состоят из маленьких кусочков тканей от внешней стороны яйцевода. Такое чаще всего появляется в яйцах старых кур с плохим здоровьем, но может быть нормой и встречаться у разных пород и штампов птиц.

Скорлупа, покрытая кальцием. Встречаются яйца, покрытые кальцием – белоснежным или розоватым порошкообразным налетом на поверхности скорлупы. Это вызвано долгим пребыванием яйца в оболочке железы. Такая проблема имеет психологический характер и встречается у молодых кур.

Бактериальные загрязнения. Бактерии существуют на поверхности всех яиц. Яичная скорлупа является пористой, но с защитным слоем, который находится сразу за стенкой яичной скорлупы. Этот слой предотвращает попадание бактерий через поры яйца. Именно поэтому лучше не мыть яйца перед хранением. Если в яйцо проникла бактерия, то просветив его, вы увидите темные, нерегулярные пятна.

Почему куры клюют яйца? Плохой корм, гнездовье, тонкая скорлупа или просто неуклюжая курица, наступившая на яйцо, – все это может привести к поеданию яиц. Яйца – питательный продукт, и куры быстро берут за привычку их склевывать. Если регулярно оставлять это без внимания, отучить кур от поедания яиц будет очень сложно.

Держать 10-15 несушек и петушка несложно, пользы от них много. Ведите свое хозяйство и будете довольны работой, общением с животными, собственной продукцией, а мы постараемся вам помочь в этом правильном, полезном деле.

Не забывайте предлагать курам Ракушку – в кормушку с пробиотиками, МикроБиоАктив уголь, СпасиЦып, Витамэлам-К1 производства НВП «БашИнком». Подробнее о препаратах смотрите на сайте: *biovetprep.ru/page/biopreparaty-dlja-zdorovogo-podvorja.*

Тираж экз. 30 000

Учредитель: ИП Мария Вячеславовна Кузнецова
Главный редактор: к.т.н. В.И. Кузнецов
Редактор: к.б.н. Д.В. Скотников
Рекламный отдел: Л.В. Кузнецова, А.М. Хаванская
Дизайн и верстка: В.А. Окунева
Фотограф: А.Б.Ходжаниязов
Редакционная коллегия: В.И. Корнилов, заслуженный агроном РБ; Р.А. Кудоярова, биолог, биотехнолог; Е.И. Чистякова, биолог-цветовод; И.Л. Ермолаева, специалист по защите растений; Д.В. Скотников, к.б.н.
Зарегистрирована Федеральной службой по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор).
Свидетельство о регистрации средства массовой информации ПИ № ФС77-36062 от 28.04.2009 г.
Распространяется по подписке и в розницу. Цена свободная.
Адрес редакции издателя (для писем): 450015, г. Уфа, ул. К. Маркса, 37, корпус 4, офис 310.
Телефоны:
Главный редактор: (347) 291-10-20, bashinkom@mail.ru www.bashinkom.ru
Рекламный отдел: (347) 292-09-96, moldavan25@inbox.ru

Подписано в печать: 31.12.2019 г.

Газета отпечатана в типографии ООО «Газета», ИНН 0266036728 РБ, г. Салават, ул. Нуриманова, 29, тел. (3476) 35-31-02

№ заказа 100798

С НОВЫМ ГОДОМ,
НАШИ ДОРОГИЕ ПОДПИСЧИКИ, ДРУЗЬЯ!

Время дарить замечательные полезные подарки!

2 февраля 2020 г. приглашаем на бесплатную, здоровую, спортивную, дружную, семейную «СНЕЖИНКУ» близ Миньяра!
Звоните: 8 (920) 745 49 77, Юлия

АНЕКДОТЫ

Девочка кричит матери на кухню:
– Мама, иди быстрее сюда, елка загорелась.
– Дочка, не загорелась, а засияла.
– Мама, иди скорее сюда, уже диван сияет!

– Вот и закончился год Свиньи. Наступает 2020 год – год Крысы.
– Ну почему у нас так всегда – что ни год, то обязательно какой-нибудь скотины. Когда уже наступит год Человека?

Новый год – это такое время, когда на компьютерном столе, помимо пустых кружек, появляются горы кожуры от мандаринов.

Дорогие!
Подписывайтесь на нашу газету и раз в месяц получайте полезнейшие советы профессионалов!
НАШИ ПОДПИСНЫЕ ИНДЕКСЫ – П7961 и П8145 в каталоге Почты России.
Стоимость подписки за 6 месяцев – от 300 рублей.

Читайте больше интересных материалов на наших сайтах:
Моя грядка изобилия, БашИнком (Вконтакте, Одноклассники, Инстаграм), Народные-проекты.рф
Смотрите нас на канале
YouTube

ОЖЗ®

4 607026 424047